

# Grillatut omena-lohivartaat & vihersalaatti

Eve Chardonnay -valkoviinin pirteä hapokkuus tuo raikkautta grillatun lohien aromeihin. Omenaisuus maistuu sekä ruoassa että viinissä. Tutustu reseptiin!



 RASVAINEN KALA  4 HLÖ  + 60 MIN



Eve Chardonnay

## KALAVARTAAT

n. 1 kg lohta eli yksi isompi filee  
3 litraa vettä  
3 dl karkeaa merisuolaa  
2 vihreää Granny smith omenaa  
3 limeä  
puisia grillitikkuja

## SALAATTI

## LOHIVARTAAT

- 1 Laita vesi ja suola kattilaan ja keitä kunnes suola on liennut kokonaan. Anna veden jäähtyä huoneenlämpöiseksi.
- 2 Laita lohi suolaliemeen 30-40 minuutiksi.
- 3 Pese ja halkaise omenat ja leikkaa niistä ohuita siivuja. Laita siivut kulhoon ja purista niiden päälle kolmen limen mehu.
- 4 Ota lohi suolaliemestä, huuhtelee kylmän veden alla ja kuivaa talouspaperilla.
- 5 Leikkaa lohesta pitkittäin sopivan levyisiä soiroja ja poista niistä nahka. Leikkaa niistä sen jälkeen sopivia kuutioita, suurinpiirtein samankokoisia.
- 6 Pujota kahteen varrastikkuun ensin lohien pala ja sitten noin 4 siivua omenaa. Toista niin monta kertaa kuin tikkuun mahtuu.
- 7 Kaada vartaiden päälle hieman öljyä ja paista kuumassa grillissä noin 5 minuuttia per puoli molemmin puolin. Voit paistaa lohet myös pannulla.

## SALAATTI

- 1 Sekoita salaattit kulhossa, kaada päälle hieman öljyä ja sekoita ja lisää kirsikkatomaatit, retiisit ja pilkottu avokado.
- 2 Nosta salaatti ja lohivartaat tarjolle. Nauti Eve Chardonnay -valkoviinin kanssa.



Resepti: Taste of Nikinmäki

Taste of Nikinmäki blogaaja ja kokki Henri Heinonen tekee "safkaa ranteet lukossa" suurella intohimolla.

Seuraa Taste of Nikinmäkeä Facebookissa

1 rasia vuononkaalisalaattia  
1 rasia vihersalaattisekoitusta  
1 rasia kirsikkatomaatteja  
1 pussi retiisejä  
1 avocado  
oliiviöljyä